

8 がつ の こ ん だ て



＜お知らせ＞

8日(金) 8月生まれのお誕生会です。お箸を忘れないようお願いいたします。
13日(水)～16日(土) お弁当の日です。(おかず入りお弁当をお願いいたします。)
20日(水) カレーの日です。(以上児はスプーンをお願いいたします。)

煙山保育園

日 曜 日	午前おやつ	おひるの副食	未満児 主食	午後おやつ	
	未満児			未満児	以上児
1 金	お菓子	鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 きゅうりの中華風 青菜のみそ汁 くだもの	麦ごはん	ヨーグルト	ヨーグルト ビスケット
2 土	お菓子	にらまんじゅう ビーフンスープ くだもの	麦ごはん	牛乳 コッペパンサンド	牛乳 コッペパンサンド
4 月	お菓子	鶏肉のカレー照り焼き 切干大根の煮物 塩昆布和え もやしのみそ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 カステラサンド	牛乳 カステラサンド
5 火	野菜 ジュース	夏野菜かき揚げ 厚揚げの煮物 ところてん もずくスープ くだもの	ゆかり ごはん	お茶 じゃじゃ麺	お茶 じゃじゃ麺
6 水	野菜 スティック	かれのい梅照り焼き トマト入り肉じゃが 青菜のお浸し 焼きのりのみそ汁 くだもの	雑穀 ごはん	牛乳 フレーククッキー	牛乳 フレーククッキー
7 木	ヨーグルト	おから入り卵焼き 夕顔のあんかけ煮 水菜とひじきのサラダ キャベツのみそ汁 くだもの	ごま塩 ごはん	お茶 パンピザ	お茶 パンピザ
お誕生会 8 金	くだもの	かにさんピラフ ミートローフ 枝豆 パンプキンサラダ 卵春雨スープ ゼリー	かにさん ピラフ	りんごシャーベット	りんごシャーベット
9 土	お菓子	鮭の塩焼き うどん汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 スティックパン	牛乳 スティックパン
12 火	ヨーグルト	ほうれん草グラタン ビーフンソテー さつまいもとおくらのごま和え コンソメスープ くだもの	麦ごはん	お茶 とうもろこし	お茶 とうもろこし
13 水	お菓子	お弁当の日		牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
14 木	お菓子	お弁当の日		ヨーグルト	ヨーグルト
15 金	お菓子	お弁当の日		ぶどうジュース おせんべい	ぶどうジュース おせんべい
16 土	お菓子	お弁当の日		りんごジュース ウエハース	りんごジュース ウエハース
18 月	お菓子	松風焼き すき昆布の煮物 じゃこサラダ なすのみそ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 麩ラスク	牛乳 麩ラスク
19 火	ジョア	かつおの竜田揚げ ひじきの煮物 バンバンジー 夏野菜豚汁 くだもの	なめ茸 ごはん	お茶 枝豆ごはん	お茶 枝豆
20 水	くだもの	なすとひき肉のカレー ス克蘭ブルエッグ ナン 春雨サラダ 福神漬 くだもの	コーン ライス	牛乳 ココアスコーン	牛乳 ココアスコーン
21 木	ヨーグルト	豚肉の梅照り焼き 五目豆 キャベツのごま和え そうめん汁 くだもの	そうめん	お茶 ひつまぶしおにぎり	お茶 ひつまぶしおにぎり
22 金	りんご ジュース	ほっけの塩焼き じゃがいもの塩昆布炒め 青菜のおろし和え なめこ汁 くだもの	麦ごはん	富士山ゼリー	富士山ゼリー
23 土	お菓子	とんかつの卵とじ けんちん汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 食パンサンド	牛乳 食パンサンド
25 月	くだもの	豚つくね 卵の花炒め 夏野菜の酢の物 わかめのみそ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 ちんすこう	牛乳 ちんすこう
26 火	ヨーグルト	さばのしょうが煮 筑前煮 干草和え ふのりのみそ汁 くだもの	炊き込み ごはん	りんごジュース フレンチトースト	りんごジュース フレンチトースト
27 水	お菓子	煮込みおでん 納豆 お茶 なすと小松菜の塩昆布和え くだもの	納豆 ごはん	牛乳 さつまいも蒸しパン	牛乳 さつまいも蒸しパン
28 木	ぶどう ジュース	鶏肉の塩麹焼き 根菜きんぴら 青菜ののり和え にらたま汁 くだもの	雑穀 ごはん	麦茶プリン	麦茶プリン
29 金	ふかし芋	かじきのカレーマヨ焼き マーボーなす 切干大根サラダ ワンタンスープ くだもの	おかか ごはん	飲むヨーグルト シュガーバタートースト	飲むヨーグルト シュガーバタートースト
30 土	お菓子	洋風オムレツ 春雨スープ くだもの	麦ごはん	牛乳 スイートブール	牛乳 スイートブール

※都合により、献立を変更する場合があります。

…今月の栄養平均…※()内は目標値です。



	3歳未満児	3歳以上児
エネルギー	437kcal(500)	348kcal(450)
たんぱく質	16.4g(21)	17.2g(23)
脂質	11.3g(14)	13.3g(16)
塩分	1.2g(1.4)	1.4g(1.6)